

— つ な が る — 2020年11月

(54号)

つつじが丘シニアクラブ

朝晩の寒暖の差が激しい日々が続いていますが、お元気ですか。

つつじが丘シニアクラブは、前会長（井村）の活躍の下、令和2年度市老連の理事長表彰(会員増強対策優良クラブ賞)を受賞しました。

井村前会長の信条「ありがとうは魔法の言葉」を引き継いで、明るく楽しいシニアクラブを守っていきたくと思っています。

つつじが丘では皆さんが快くボランティアで活動してくださっています。紙面の都合上、お一人お一人に「ありがとう」が申し上げられませんが、心よりお礼申し上げます。

「ありがとう」は生活を豊かにする「潤滑油」のようなものと聞きました。「あ」は明るい 「り」は立派 「が」は頑張る 「と」は尊い 「う」は嬉しい 感謝の気持ちでいっぱいです。

区老連・市老連の輪投げ、グラウンドゴルフ、ボウリングそれぞれの大会で、当シニアクラブ活躍の報告が入っています。

【行事予定とお知らせ】

11月16日(月) ハイキング 9:30 つつじが丘公園集合
ボンボン山・小川コース

11月19日(木)「グランパの城」集会所9:30 300円持参。
男の料理教室ビデオ鑑賞、たまご料理体験
作った分は持ち帰り、旬の里芋の扱い方

11月21日(土)花壇植え付け「まだまだひよっこ」トーホー前5:30

11月21日(土)つつじが丘公園清掃 10:00

11月24日(火)音読「やまびこ」集会所10:00

12月 3日(木)カレーの店(なんじゃもんじゃ)集会所11:30
お待たせしました。やっと再開店です。350円持参。

テイクアウト(持ち帰り)です。お待ちしております!

12月 7日(月)喫茶「ほっこり」 10:00 集会所

12月 14日(月)健康吹き矢、ダーツ 集会所9:30

裏面あり

裏面

この他に、室内でのサークル活動の囲碁クラブ、健康体操、囲碁ボールも今月から再開です。どのサークルも手指消毒、検温、マスクなどのルールを守り、利用後は皆さんで机・椅子の消毒もお願いします。

「サークル活動」

グランパの城（男の料理教室）

この活動は、昨年からはまりました。参加者は各回 15 人前後で、ふれあい給食担当の 5 人の女性による、優しく丁寧な対応指導の下、わいわいがやがや会話しつつ、様々な料理に挑戦しています。因みに、昨年は、ブリ大根、卵焼き、筑前煮、手打ちそば、巻き寿司等々、多様な料理に取り組みました。

なお、この度の新型コロナウイルス感染症拡大で 3 月から開催を見送っておりましたが、3密（密閉・密集・密接）の回避に対処して 9 月より再開しました。9 月の内容は包丁の基本の切り方、そして 10 月は集会所の利用が不可となったため、校外学習として「明石魚の棚」の見学と買い物の体験。秋晴れのもと遠足気分です方ぶりで楽しい時間を過ごしました。

料理作りは、脳トレとして大変効果的との話も聞きます。女性が男性より長寿なのは、料理作りも関係しているのではとの思いも致します。

「グランパの城」の概要は下記のとおりです。皆様のご参加をお待ちします。

サークルの詳細

- 1 内 容 参加者が希望する料理の調理実習と試食
- 2 開催日 毎月第 3 木曜日 9：30
- 3 場 所 つつじが丘自治会集会所
- 4 参加料他

○毎回コメ 1 合と材料費 300 円持参ください。

○エプソン、マスク、三角巾かそれに代わるものをご用意ください。

♥赤い羽根の缶募金（老人会）の缶を見かけるたびに、貴方の気持ちをそっと入れてください！ 12 月末まで、あちこちで出没します！！ご協力を。

以上